

Quark Auflauf mit Obst



Zutaten 1 Person

- 150 g Magerquark 10% Fett
- 3 Eier
- 1½ EL Xylit
- 1 Messerspitze Zimt
- 1 TL Zitronensaft
-

Optional – je nach Geschmack:

- 1 Apfel **oder**
- 1 Handvoll Kirschen (aufgetaut & gut abgetropft)

Zubereitung

- Quark, Eier, Xylit, Zimt und Zitronensaft in eine Schüssel geben
- Alles gründlich verrühren, bis eine glatte Masse entsteht
- Apfel schälen und in kleine Würfel schneiden
- Kirschen auftauen lassen und **sehr gut abtropfen**, da sie sonst stark wässern
- Gewünschtes Obst unter die Quarkmasse heben
- Masse in eine kleine Auflaufform füllen (600 ml, am besten die von Ikea)
- Oben ein paar Fruchtstücke verteilen
- mit

Airfryer:

- Backfunktion, ca. **160 °C für 20–25 Minuten.**
- Zwischendurch prüfen – bei mir waren **20 Minuten** perfekt.

Backofen:

- **170 °C Ober-/Unterhitze**, ca. **20 Minuten.**
- Anschließend herausnehmen und kurz abkühlen lassen.

